

Perfektionisti soittotunnilla

**Perfektionistin kokemus soittotunneista ja opettajista
sekä tuen tarve opetuksessa**

Iisa Huolila

Opinnäytetyö

Kesäkuu 2020

Kulttuuriala

Musiikin koulutusohjelma, musiikkipedagogi (AMK)

Tekijä(t) Huolila, lisa	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Kesäkuu 2020
	Sivumäärä 29	Julkaisun kieli Suomi
		Verkkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Perfektionisti soittotunnilla Perfektionistin kokemus soittotunneista ja opettajista sekä tuen tarve opetuksessa		
Tutkinto-ohjelma Musiikin tutkinto-ohjelma		
Työn ohjaaja(t) Virolainen-Kalpio Päivi		
Toimeksiantaja(t)		
Tiivistelmä Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, miten perfektionistit kokevat soittoharrastuksen ja opettajat, sekä millaista tukea he toivoisivat soitonopettajilta saavansa. Tutkimuksen taustalla oli halu tietää, mitä perfektionistien opetuksessa olisi hyvä ottaa huomioon sekä saada selville vaikuttaako perfektionismi heidän kokemuksiinsa soitonopiskelusta. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat 9-18 –vuotiaat soitto-oppilaat. Tutkimus toteutettiin kyselytutkimuksena johon vastasi perfektionistisia sekä ei-perfektionistisia oppilaita. Osoittamalla kysely perfektionisteille ja ei-perfektionisteille saatiin myös tietoa siitä, miten näiden kahden ryhmän kokemukset eroavat toisistaan. Tutkimuksessa käytettiin sekä kvalitatiivisia että kvantitatiivisia tutkimusmenetelmiä. Kvantitatiivisella tutkimuksella selvitettiin mitä perfektionismin piirteitä ryhmillä esiintyi ja laadullisella tutkimuksella tarkasteltiin vastaajien kokemuksia opettajista ja soittotunneista. Tutkimuksessa selvisi, että perfektionistiset oppilaat kaipaavat opettajiltaan tukea ja kannustusta mm. esiintymisiin ja harjoitteluun. Opettajan toivottiin olevan empaattinen ja hyvä palautteenantaja, kun taas puolueellisuus ja kriittisyys koettiin huonon opettajan piirteinä. Mukavia asioita soittotunneilla olivat mm. onnistumisen kokemukset, motivoiva ohjelmisto ja yhteissoitto, kun taas epämiellyttävänä tai vaikeina koettiin haasteet, ajankäytön vaikeudet sekä edistymisen hidastuminen. Tutkimuksessa selvisi, että opettajilta kaivataan kykyä muokata opetustyyliään jokaiselle oppilaalle sopivaksi ja oppilaiden toiveita olisi myös hyvä kuunnella opetuksen ja ohjelmiston suunnittelussa. Huomattiin myös, että opettajan olisi tärkeää kiinnittää huomiota antamaansa palautteeseen. Palautteen olisi hyvä olla rehellistä ja rakentavaa ja siinä tulisi huomioida tasapuolisesti kehityskohteet sekä onnistumiset.		
Avainsanat (asiasanat) perfektionismi, instrumenttiopetus, soitonopettaja		
Muut tiedot		

Author(s) Huolila, lisa	Type of publication Bachelor's thesis	Date June 2020
	Number of pages 29	Language of publication: Finnish
		Permission for web publication: x
Title of publication A perfectionist at an instrument lesson Perfectionists' views on instrument lessons, teachers and need of support in teaching		
Degree programme Degree Programme in Music Pedagogy		
Supervisor(s) Virolainen-Kalpio, Päivi		
Assigned by		
<p>Abstract</p> <p>The aim of the study was to examine how perfectionists felt about the hobby of playing an instrument and about their teachers as well as what kind of support they would like to receive from them. In the background of this study was the willingness to know what should be considered when teaching perfectionists and to find out if perfectionism affects the music learning experience.</p> <p>The target group was 9-18-year-old music students. The study was executed by using a questionnaire which was filled by both perfectionist and non-perfectionist students. By aiming the questionnaire at both groups, data about how these two groups differed from one another could also be collected. Both qualitative and quantitative research methods were used in the study. The quantitative research method was used to examine which perfectionistic traits the groups had, and the qualitative research method was used to examine the participants' experiences with their teachers and instrument lessons.</p> <p>According to the results, perfectionistic students needed support and encouragement from their teachers to perform and practice. It was hoped that the teacher would be empathetic and good at giving feedback. Being biased and critical was seen as a sign of a bad teacher. Pleasant aspect in instrument lessons were experiences of success, a motivating repertoire and playing together. Challenges, time management and slow progress were seen as unpleasant.</p> <p>A teacher should be able to change their style of teaching to fit each student, and the students should also be heard when planning teaching and repertoire. It was also discovered that it was important for teachers to pay attention to the feedback they give. The feedback should be honest and constructive, and it should be balanced between positive aspects and those that need to be improved.</p>		
Keywords (subjects) perfectionism, instrument pedagogy, instrument teacher		
Miscellaneous		

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Teoreettinen viitekehys	3
2.1	Perfektionismi	3
2.1.1	Perfektionismin määrittely	4
2.2	Itsekriittisyys	5
2.3	Soitonopetus	6
3	Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite ja tutkimuskysymykset	6
3.1	Tutkimuskysymykset	7
4	Tutkimuksen toteuttaminen	7
4.1	Tutkimuksen kohde	7
4.2	Tutkimusmenetelmät	8
5	Tutkimuksen tulokset	8
5.1	Tutkimusryhmien ominaisuudet	9
5.1.1	Perfektionistiryhmä	9
5.1.2	En osaa sanoa -ryhmä	9
5.1.3	Ei perfektionistiryhmä	10
5.2	Soitonopiskelu	11
5.2.1	Mukavat asiat soitonopiskelussa	11
5.2.2	Epämieluisat asiat soitonopiskelussa	13
5.3	Soitonopettaja	15
5.3.1	Hyvä soitonopettaja	15
5.3.2	Huono soitonopettaja	17
5.4	Millaista tukea opettajalta kaivataan?	19

6	Pohdinta	21
6.1	Tutkimuksen pääkysymykset ja tulokset.....	21
6.2	Eettisyys ja luotettavuus	24
	Lähteet	25
	Liitteet	27
	Liite 1. Kyselylomake	27

Taulukot

Taulukko 1: Ryhmien perfektionistiset piirteet	10
Taulukko 2: Ryhmien kokemus soittotunneista	11

1 Johdanto

”Taas soittotunti. En ole harjoitellut tarpeeksi. En osaa tätä kappaletta tarpeeksi hyvin. En ole vielä täydellinen.” Tällaisia ajatuksia saattaa pyöriä monen oppilaan päässä ennen soittotunnille menoa. Soitto-oppilailla, niin harrastelija- kuin ammattitasolla, on usein selvä kuva siitä, mitä heiltä odotetaan ja mitä heidän pitäisi pyrkiä kehittämään seuraavaksi. Soitonopiskelussa ei tule koskaan valmiiksi, mikä voi olla kova paikka etenkin perfektionismiin taipuvalle oppilaalle. Opettajan odotuksien lisäksi omat odotukset ja tavoitteet ruuhkauttavat mielen ja aiheuttavat mahdollottoman pyristelyn kohti täydellisyyttä.

Opinnäytetyönäni tutkin perfektionismin vaikutusta oppilaan soitonopiskeluun sekä erityisesti sitä, miten se vaikuttaa oppituntitilanteisiin ja miten opettajan tulisi se huomioida. Perehdyn myös siihen, miten perfektionismiin taipuvalle oppilaalle kokevat opettajansa, millaista opettajaa he toivoisivat ja mitä tukea he opettajalta tarvitsevat.

Päädyin aiheeseen, sillä se koskettaa montaa soitonharrastajaa sekä ammattilaista, mukaan lukien itseäni. Olen omassa opetuksessani törmännyt tilanteisiin, joissa oppilaan itsekriittisyys ja täydellisyyden tavoittelu ovat muuttuneet jopa ylitsepääsemättömäksi esteeksi opinnoissa etenemiseen tai soittotunnin sujumiseen, eikä keinoa jatkaa eteenpäin ole aina löytynyt. Tavoitteeni on tämän opinnäytetyön myötä päästä paremmin selville siitä, miltä musiikin harrastusmaailma perfektionistioppilaiden silmillä katsottuna näyttää. Halusin myös selvittää, mikä olisi paras tapa kohdata perfektionismiin taipuvalle oppilaalle soittotunneilla ja miten heitä voisi parhaalla tavalla soitto-opinnoissaan tukea.

2 Teoreettinen viitekehys

2.1 Perfektionismi

Perfektionismi on arkikielessäkin useasti käytetty termi, joka kuvaa ihmistä, joka pyrkii kaikessa tekemisessään täydellisyyteen. Persoonallisuuden piirteenä se on kulut-

tava, äärimmäisissä tapauksissa jopa mielenterveydelle vaarallinen. Aikaisemmissa tutkimuksissa on todettu perfektionististen luonteenpiirteiden olevan yhteydessä psykologisiin ongelmiin, kuten erilaisiin mielialahäiriöihin, syömishäiriöihin sekä pakko-oireiseen häiriöön. (Harvard Medical School 2008)

Perfektionisteilla on taipumus asettaa itselleen epärealistisia tavoitteita, pelätä epäonnistumisia sekä arvioida omaa työtään todella kriittisin silmin. Tämän lisäksi he näkevät maailman usein kovin mustavalkoisena – työn lopputulos voi olla vain täydellinen onnistuminen tai täydellinen epäonnistuminen. (Flett & Hewitt 1991, 456)

Perfektionismi ilmenee rutiinien pakonomaisena noudattamisena, sekä kyvyttömyytenä laskea omaa itselle asetettua vaatimustasoa olosuhteista huolimatta. Perfektionistille saattaa olla myös vaikeaa pyytää apua muilta ihmisiltä, sillä hän haluaa varmistaa työnsä lopputuloksen olevan varmasti omien standardiensa mukaista. Näitä luonteenpiirteitä omaava saattaa kokea hankalaksi myös antaa itsensä levätä, jos tehtäviä asioita olisi vielä ja jos kaikki ei ole juuri sillä hetkellä täydellistä ja loppuun asti mietittyä. (Farm 2009, 169-170)

Vaikka perfektionismin tutkiminen onkin vuosien varrella keskittynyt lähinnä perfektionismin negatiivisiin puoliin, voi siitä kuitenkin olla myös hyötyä. Terveellinen perfektionismi ilmenee tyytyväisyytenä täydellisiin suorituksiin ja työhön keskittymisenä. Positiivisia perfektionistisia luonteenpiirteitä omaavilla henkilöillä on tavoitteita ja odotuksia itselleen, mutta ne eivät kuitenkaan ole heidän työskentelynsä keskiössä. Näin he voivat keskittyä työskentelyyn ja tulosten saavuttamiseen. Negatiivisesta perfektionistista kärsivä henkilö saattaisi samaa tehtävää tehdessään jäädä jumiin omaan virheiden pelkoonsa ja jatkuvan korjailun lenkkiin. Pelko epäonnistumisesta saattaa myös johtaa haluttomuuteen tehdä töitä, jonka seurauksena perfektionisti välttelee työn tekemistä. (Szymanski 2011, 6-7)

2.1.1 Perfektionismin määrittely

Perfektionismia on määritelty vuosien varrella eri tavoin.

Szymanski (2011, 11) jakaa perfektionistit seitsemään eri tyyppiin: virheettömyyteen pyrkijöihin, henkilökohtaisten odotusten täyttäjiin, muiden odotusten täyttäjiin, jär-

jestelmällisiin, ihanteisiin pyrkijöihin, turvallisuuden ja varmuuden tavoittelijoihin, sekä henkilöihin, joiden on oltava kaikista paras.

Hewitt ja Flett (1991, 457-458) sen sijaan mittaavat perfektionismia kehittämällään Multidimensional Perfectionism Scale –asteikolla, joka mittaa kolmea eri perfektionismin muotoa: omaa täydellisyyttä tavoitteleva perfektionismi (self-oriented perfectionism), muiden odotuksia seuraava perfektionismi (socially prescribed perfectionism) sekä toisille korkeita tavoitteita ja odotuksia asettava perfektionismi (other oriented perfectionism).

Don Hamachek taas luokitteli vuonna 1978 tutkimustensa perusteella perfektionismin neuroottiseen perfektionismiin, jossa henkilö asettaa itsellensä kohtuuttoman korkeita odotuksia, ja jota ruokkii pelko epäonnistumisesta sekä normaaliin perfektionismiin, jolle tyypillisiä ovat kohtuullisemmat odotukset ja normit, sekä onnistuneista suorituksista saatava tyydytys. (Harvard Medical School 2008)

2.2 Itsekriittisyys

Itsekriittisyys liittyy olennaisena käsityksenä perfektionismiin. Se voi olla hyödyllinen työkalu realistisissa mitoissa, kun taas ylikriittiselle ihmiselle kelpaa vain tietty lopputulos. Itsekriittisyys voi näkyä myös opittuna tapana arvostella omaa toimintaa tilanteesta riippumatta, ja usein itsekriittinen henkilö saattaa olla itselleen vähän liiankin armoton ja tiukka. (Ekman, 2017)

Haitallisella itsekritiikillä on myös yhteys erilaisiin mielenterveyden ongelmiin, kuten masennukseen ja syömishäiriöihin. Haitalliseen itsekritiikkiin taipuvat ihmiset käsittelevät stressiä myös muita huonommin, ja tavoitteiden saavuttaminen saattaa olla heille muita vaikeampaa. (Grandell 2018, luku 1)

Haitalliseen itsekriittisyyteen taipuva ihminen saattaa olla itseään kohtaan vihamielinen tai hyökkäävä. Epäonnistumisten tai virheiden tullessa vastaan hän painaa itseään alaspäin, eikä mieti konkreettisesti sitä, mitä voisi tilanteessa tehdä toisella tavalla. Itseensä rakentavan kriittisesti suhtautuva henkilö on itselleen armollisempi ja osaa myös miettiä epäonnistumisien hetkillä sitä, mitä hän voisi tehdä toisin. (Grandell 2018, luku 1)

2.3 Soitonopetus

Taiteen perusopetusta tarjotaan Suomessa kahden opetussuunnitelman mukaan: yleisen sekä laajan. Opetussuunnitelmien mukaan soitonopetuksen pääpaino on oman instrumentin perustekniikan oppimisessa, sekä ohjelmiston tuntemuksen sekä ilmaisutaidon kehittymisessä. Opintojen aikana oppilaan kyky hallita soitintaan kasvaa sekä yksilöopetuksen, että yhteismusisoinnin myötä. Näiden lisäksi oppilasta rohkaistaan löytämään oma luova äänensä ja tapansa ilmaista tunteitaan ja muita asioita musiikin avulla. Opetuksella pyritään myös tukemaan oppilaan henkilökohtaista kasvua positiivisen minäkuvan, henkilösuhteiden sekä terveen itsetunnon kehittymisen myötä. (Opetushallitus 2017, 27-29.)

Soitonopetukseen ja –oppimiseen kuuluu soittotuntien lisäksi olennaisena osana kotiharjoittelu. Harjoitellessa tuntien välillä oppilas kehittää omaa osaamistaan ja vahvistaa opittuja taitoja, kuten prima vista –lukua, musiikin kuulemistä, sekä intoa ja rytmillisyyttä. (McPherson 2015, 409)

Kolmantena osana soitonopiskeluun kuuluu yleensä esiintyminen. Taiteen perusopetuksen sekä laajaan että yleiseen opetussuunnitelmaan on myös kirjattu tavoitteeksi se, että oppilas pääsee harjoittelemaan erilaisten esiintymistilanteiden hallintaa, ja että oppilasta rohkaistaan esiintymään erilaisissa tilanteissa ja kokoonpanoissa. (Opetushallitus 2017, 48)

3 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyöni tarkoitus on selvittää, miten perfektionistisia luonteenpiirteitä omaavat soitonoppilaat kokevat soittotunnit, mikä heille on mieluista, mikä ei ja minkä takia. Tämän lisäksi tutkin myös oppilaiden käsityksiä hyvistä ja huonoista opettajista sekä siitä, millaista tukea he opettajilta kaipaavat. Opinnäytetyön lopputuloksena on katsaus perfektionististen oppilaiden maailmaan. Tavoitteena on saada tietoa, joka auttaa soitonopettajia kehittämään tapoja kohdata perfektionistisia oppilaita ja tukemaan heitä heidän soitto-opinnoissaan.

3.1 Tutkimuskysymykset

Miten perfektionistit kokevat soittoharrastukseen kuuluvat asiat?

Opinnäytetyössäni selvitän, miten perfektionistiset luonteenpiirteet vaikuttavat oppilaiden kokemuksiin soittoharrastuksen eri osa-alueista. Tutkin, vaikuttaako perfektionismi opinnoissa etenemiseen, kotiharjoitteluun, esiintymistilanteisiin tai itse soitto-tutuntitilanteisiin.

Millaisina perfektionistioppilaat kokevat opettajansa?

Tutkin myös, millaisia hyvät ja huonot opettajat ovat perfektionistioppilaiden näkökulmasta. Selvitän, millaisia piirteitä he toivoisivat soitonopettajillaan olevan ja miten he haluaisivat heidän toimivan, sekä minkälainen toiminta koetaan epämieluisana.

Millaista tukea perfektionistiset oppilaat kaipaavat opettajiltaan?

Tutkin opettajan näkökulmasta, kuinka perfektionistia tulisi käsitellä soitto-tunneilla, ja tulisiko häntä esimerkiksi kohdella eri tavalla kuin muita oppilaita. Etsin keinoja, joilla opettaja pystyisi auttamaan perfektionismin kanssa kamppailevaa oppilasta ja rohkaisemaan häntä soitto-opinnoissaan.

Miten perfektionistit eroavat ei-perfektionistisista oppilaista?

Tutkimukseen vastasi myös sellaisia henkilöitä, jotka eivät kokeneet olevansa perfektionisteja. Vertailen tämän ryhmän vastauksia perfektionististen vastaajien vastauksiin ja selvitän millaisia eroja ja yhteneväisyyksiä niissä on.

4 Tutkimuksen toteuttaminen

4.1 Tutkimuksen kohde

Tutkin opinnäytetyössäni 9-18 –vuotiaita, Suomen musiikkioppilaitoksissa opiskelevia soitto-oppilaita, heidän mahdollisia perfektionistisia piirteitään ja sitä, miten perfektionismi peilautuu heidän kokemuksiinsa soitto-opinnoista ja soitonopettajista. Valmis tuotos on suunnattu sekä oppilaille että heidän opettajilleen.

4.2 Tutkimusmenetelmät

Opinnäytetyössäni olen käyttänyt sekä kvantitatiivisia että kvalitatiivisia tiedonhaun keinoja. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa kohdetta tarkastellaan tilastojen ja numeroiden pohjalta (Jyväskylän Yliopisto, 2015), ja tätä tutkimusmenetelmää olen käyttänyt selvittäessäni kyselyyn vastanneiden perusominaisuuksia, kuten ikää, sukupuolta ja sitä, kuinka monella vastaajalla kutakin perfektionismin ominaispiirrettä esiintyy. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa kohdetta tutkitaan pyrkien ottamaan huomioon kohteen ominaisuudet, merkitykset ja laatu kokonaisvaltaisesti (Jyväskylän yliopisto, 2015), ja tätä menetelmää olen käyttänyt tutkiessani vastaajien kokemuksia opettajista sekä soittotuntitilanteista.

Määrällisten tutkimuskysymysten analyysiin käytin tilastollista analyysia, jolla aineistosta voidaan nostaa esiin erilaisten ilmiöiden yleisyyttä ja määriä. (Jyväskylän yliopisto, 2015) Selvitin tällä menetelmällä kuinka suurella osalla kutakin tutkimusryhmää mitäkin perfektionismin piirrettä esiintyi ja miten he yleispiirteisesti kokivat soittotunnit sekä siihen liittyvät muut toiminnot. Tilastoin myös kyselyyn vastanneiden iät sekä sen, kuinka perfektionistisuus jakautui sukupuolien kesken.

Laadullisien tutkimuskysymysten analysointiin käytin analyysimenetelmänä teemoittelua, jossa vastauksista etsitään erilaisia niitä yhdistäviä seikkoja, eli teemoja (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2006). Poimin avointen kysymysten vastauksista ryhmittäin kaikki samojen aiheiden maininnat ja muodostin niiden perusteella jokaisen tutkimusryhmän vastauksen kuhunkin kysymykseen.

5 Tutkimuksen tulokset

Kyselyyn tuli vastausaikana yhteensä 53 vastausta, joista 52 pystyttiin huomioimaan tutkimuksen tuloksissa. 39 näistä vastaajista oli naisia, 12 miehiä ja yksi muunsukupuolinen. 60% kyselyyn vastanneista oli 13-16 –vuotiaita, 21% 9-12 –vuotiaita ja 19% 16-18 –vuotiaita.

Kysyin tutkimuksessa kuinka vahvasti vastaajat kokivat itsensä perfektionisteiksi. Jaoin vastaajat näiden vastausten perusteella perfektionisteihin, ei-perfektionisteihin sekä en osaa sanoa –ryhmään. Tulen käsittelemään vastauksia näissä ryhmissä.

5.1 Tutkimusryhmien ominaisuudet

Tutkimukseen osallistui sekä perfektionisteiksi itsensä kokevia että ei-perfektionistisia lapsia ja nuoria. 60% vastanneista määritteli itsensä perfektionistiksi, 20% ei osannut sanoa ja toinen 20% ei kokenut olevansa perfektionisteja.

Perfektionistisuuden kokemus ei vastausten perusteella ollut sidonnainen sukupuoleen. 58% sekä naisvastaajista että miesvastaajista koki olevansa perfektionisti, kun taas 25% miehistä sekä 21% naisista ei kokenut itseään perfektionistiksi.

5.1.1 Perfektionistiryhmä

Perfektionisteiksi itsensä mieltävien ryhmässä myös perfektionistisia luonteenpiirteitä näkyi eniten. Ryhmästä 90% kertoivat asettavansa itselleen liian korkeita tavoitteita ja olivat mielestään taipuvaisia liialliseen itsekriittisyyteen. 84% kertoi olevansa kunnianhimoisia ja 81% koki epäonnistumiset ja virheet ahdistavina. Rutiinit olivat tärkeitä 58% vastaajista. Moni myös koki luottavansa parhaiten omaan kykyynsä saada tehtävät tehdyksi juuri oikein, sillä 55% vastaajista koki olevansa vastahakoinen pyytämään apua ja tekevänsä tarvittavat tehtävät mieluiten yksin. 48% vastaajista myönsi myös, ettei osannut levätä ennen kuin kaikki tehtävät olisi tehty (ks. taulukko 1).

Soittotunneilla oli mukavaa 100% vastaajien mielestä ja 74% vastaajista odotti soitto-tunteja innolla. 87% koki myös yhteissoiton mukavaksi. 77% vastaajista asetti itselleen pitkäjänteisiä tavoitteita ja sama määrä koki edistytävänsä opinnoissaan nopeasti. 71% kertoi harjoittelevansa säännöllisesti kotona. Esiintymisen koki mieluisaksi 55% vastaajista (ks. taulukko 2).

5.1.2 En osaa sanoa -ryhmä

En osaa sanoa –ryhmässäkin oli selkeästi nähtävissä muutamia perfektionistisia piirteitä. Yleisimpinä esiin nousivat kunnianhimoisuus (90% vastaajista) sekä virheiden ja epäonnistumisten pitäminen ahdistavina (80% vastaajista). 70% koki myös taipuvansa välillä liialliseen itsekritiikkiin, 70% vastaajista kertoi myös asettavansa itselleen korkeita tavoitteita. Rutiinit olivat tärkeitä 50% vastaajista. Sama määrä kertoi

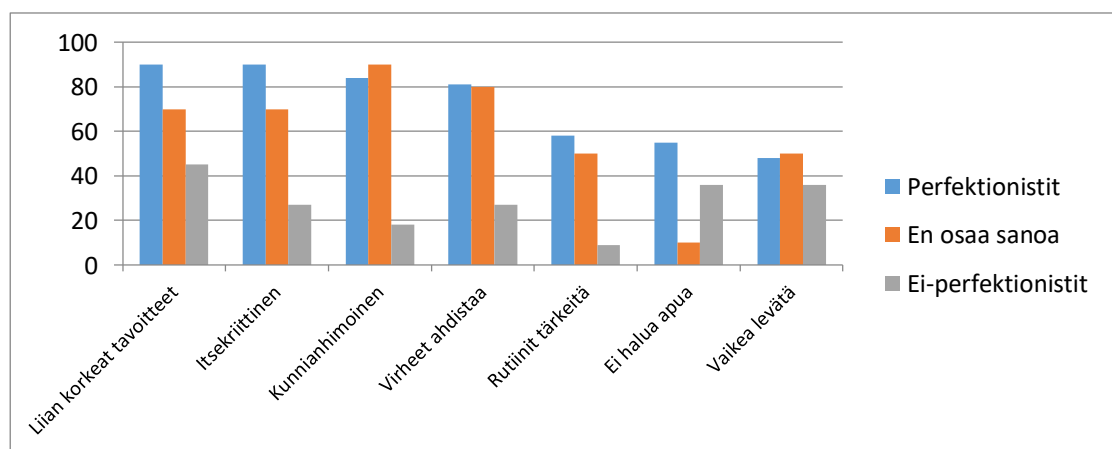
myös lepäämisen olevan hankalaa jos jotain oli vielä jäänyt tekemättä. Ryhmästä vain 10% kertoi olevansa vastahakoinen pyytämään apua tehtäviinsä (ks. taulukko 1).

Soittotunneilla oli mukavaa 90% tämän ryhmän vastaajista. Tunteja odotti innolla 70% vastaajista ja sama määrä koki myös yhteissoiton mukavaksi. 60% koki edistyvänsä nopeasti, 50% kertoi harjoittelevansa säännöllisesti kotona. Puolet vastaajista kertoi myös asettavansa itselleen pitkäjänteisiä tavoitteita. 60% tästä ryhmästä nautti esiintymisestä (ks. taulukko 2)

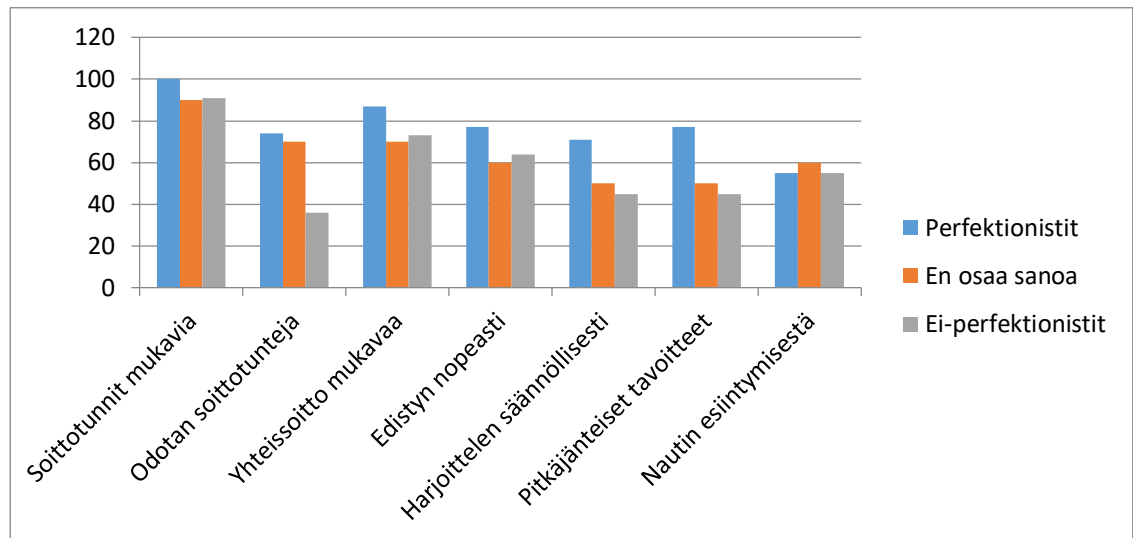
5.1.3 Ei perfektionistiryhmä

Ei-perfektionistiryhmäläisillä yleisin tekijä oli korkeiden tavoitteiden asettaminen (45% vastaajista). 36% kertoi olevansa vastahakoinen vastaanottamaan apua ja tekevänsä tehtävät mieluiten yksin, samoin 36% kokivat, etteivät osaa levätä ennen kuin kaikki tehtävät on tehty. Liialliseen itsekriittisyyteen koki taipuvansa 27% vastaajista ja sama määrä koki myös epäonnistumiset ja virheet ahdistavina. 18% vastaajista kokivat itsensä kunnianhimoisiksi, rutiinit olivat tärkeitä 9% vastaajista (ks. taulukko 1).

Soittotunnit koki mukaviksi 91% tästä ryhmästä, mutta vain 36% odotti soittotunteja innolla. Yhteissoiton koki mukavaksi 73% vastaajista. 64% koki edistyvänsä soitto-opinnoissaan nopeasti, 45% kertoi harjoittelevansa säännöllisesti kotona. 45% kertoi myös asettavansa itsellensä pitkäjänteisiä tavoitteita. 55% tästä ryhmästä kertoi nauttivansa esiintymisestä (ks. taulukko 2).



Taulukko 1: Ryhmien perfektionistiset piirteet



Taulukko 2: Ryhmien kokemus soittotunneista

5.2 Soitonopiskelu

5.2.1 Mukavat asiat soitonopiskelussa

Jaoin perfektionistiryhmän vastaukset soitonopiskelun mukavista asioista kolmeen teemaan: soitto-opintojen sisältöihin, henkilökohtaisiin tuntemuksiin sekä sosiaalisiin asioihin.

Opinnoissa mukavia asioita ryhmän mielestä oli motivoiva ja tarpeeksi haastava materiaali sekä mielenkiintoiset osa-alueet kuten improvisointi sekä yhteissoitto. Myös soittaminen yleisesti toi monelle vastaajalle iloa ja motivaatiota. Osa vastaajista kertoi erityisesti niiden osa-alueiden opettelemisen olevan mieluisaa, missä oppilas oli jo valmiiksi hyvä. Myös vierailevien opettajien mestarikurssit sekä omat soittotunnit ja opettajan henkilökohtainen ohjaus olivat mieluisia asioita vastaajille.

” Sellaisten asioiden opiskelu, jotka motivoivat minua ja joista tiedän, että minussa on potentiaalia kehittyä asian saralla.”

” Kivat ja tarpeeksi haastavat kappaleet sekä yhteissoitto. Haastavia kappaleita on mukava harjoitella pitkäjänteisesti. Yhteissoitto tuo mukavaa rentoutta ja yhdessäoloa harjoitteluun.”

Tunnetasolla vastaajista opinnoissa oli mukavaa onnistumisen kokemukset. Tunne siitä, että oli onnistunut jossain ja oppinut uutta toi lisää motivaatiota jatkaa opintoja

ja soittaa lisää. Oman musiikillisen kehityksen huomaaminen oli vastaajille myös mie-
luinen asia soitto-opinnoissa. Esille nousi myös mahdollisuus itseilmaisuuun musiikin
kautta sekä soittamisen tuoma rauha ja vastapaino muulle arjelle.

” Parasta on nähdä kehittyvänsä ja se kun saa jotakin valmiiksi. Toinen
iso asia on soittamisesta ja musiikista tuleva hyvä fiilis.”

Myös sosiaalisilla puolilla oli perfektionistiryhmän vastaajille iso merkitys. Yhteissoit-
to, sekä sen tuomat uudet ystävät ja sosiaaliset kontaktit koettiin mukavana osana
soitto-opintoja. Uusiin ihmisiin tutustuminen ja yhteisöllisyys nousivat myös esille
vastauksista. Vastaajista oli myös mukavaa, kun musiikkia pääsi soittamaan muille ja
tuomaan näin iloa myös heidän elämiinsä.

” Saa tutustua uusiin ihmisiin, soittamalla saa tuoda toisille iloa”

En osaa sanoa –ryhmän vastaukset luokittelin kahteen eri teemaan: opetuksen sisäl-
töön sekä henkilökohtaisiin kokemuksiin.

Tunneilla vastaajista mukavia asioita olivat soittaminen yleisesti ja yhteissoitto. Tut-
tujen ja mieluisien kappaleiden soittaminen koettiin myös mukavana. Hyvä palaute,
esiintyminen sekä uuden oppiminen saivat myös erillismainintoja.

” Uuden oppiminen. Koska se lisää motivaatiota ja halua kehittyä lisää.”

Henkilökohtaisesti vastaajia motivoi onnistumisen tunteet ja oman kehityksen huo-
maaminen. Soittoharrastuksessa saa olla luova ja soittaessa ajatukset ohjautuivat
mukaviin asioihin, mikä oli vastaajille mieluisaa.

” Saa ajatukset pois ahdistavista asioista, voi toteuttaa itseään sekä
tehdä itselleen mieluista asiaa.”

Ei-perfektionistiryhmän vastaukset keskittyivät pääasiassa soitto-opintojen sisältöi-
hin. Uusien kappaleiden ja tekniikoiden oppiminen oli vastaajien mielestä mukavaa,
ja soittaminen koettiin mielekkäänä ajankäyttötapana. Esiin nousi myös soitto-
opintojen tuoma hyöty muuhun elämään, esimerkiksi opiskeluun musiikkiluokalla.

” Soiton opiskelussa voin oppia paljon ja mielestäni soittaminen on mielekäs-
tä ajan käyttöä... Esimerkiksi kun on tylsää niin voi soittaa ja tietää että se ei
ole turhaa.”

5.2.2 Epämieluisat asiat soitonopiskelussa

Perfektionistiryhmän vastauksista epämieluisiin asioihin soitonopiskelussa teemoiksi
hahmottui ajankäytön ongelmat, opintojen sisältöihin liittyvät asiat sekä oppilaan
oma kokemus edistymisestä ja epäonnistumisista.

Ajankäyttö sekä harrastuksen ja muun arjen välillä tasapainottelu oli osalle vastaajis-
ta haasteellista. Soittoharrastus tuntui vievän välillä liian paljon aikaa, eikä harjoitte-
lulle ollut niin paljon aikaa kuin oppilas ehkä haluaisi. Jos valmistettavaa ohjelmistoa
oli liian paljon käytettävissä olevaan aikaan nähden, se aiheutti stressiä ja ahdistusta.
Soitonopiskelu vei myös osan vastaajista mielestä liikaa vapaa-aikaa mm. konsertti-
matkojen sekä harjoittelun muodossa.

” Epämieluisia on se, että ei ole arkisin pitkiä välejä jolloin saisi rauhassa keskit-
tyä soittamiseen ja harjoitteluun.”

Opintojen sisältöjä koskevista asioista eniten vastauksia sai esiintyminen. Esiintymi-
nen koettiin jännittävänä ja ahdistavana, ja etenkin virheet esiintymisen aikana pe-
lottivat. Tämän lisäksi mainintoja saivat teoriaopinnot, sekä orkesteritunnit, sillä nii-
den aikana opettaja ei pystynyt ohjaamaan oppilasta henkilökohtaisesti. Joillekin
vastaajille myös soittoläksyt olivat välillä raskaita. Osan mielestä epämieluisaa oli
myös sellaisten asioiden opettelu, jotka olivat oppilaan vahvuusalueen ulkopuolella
ja vaativat paljon työtä ja keskittymistä. Mm. prima vista –soitto koettiin epämielui-
sana, sillä se koettiin haastavana ja sen aikana virheet soitossa lisääntyivät.

” Sellaiset, joissa en ole luonnostaan kovin hyvä ja jotka vaativat minulta hidas-
ta ja turhauttavaa työtä, esimerkiksi uusien kappaleiden nuottienluku, koska
minulla on huono prima vista.”

” Stressi soittoläksyistä ja niiden edistymisestä”

Vahvimpana teemana esiin nousi oppilaan oma käsitys edistymisestä. Montaa vas-
taajaa harmitti ja turhautti virheet ja epäonnistumiset sekä kaudet, jolloin soitto ei

tuntunut edistyvän ollenkaan. Vaikeiden asioiden opettelu ja niiden vaativa pitkäjänteinen työ oli osalle myös epämieluisaa, sillä oli vaikea hyväksyä sitä, että jokin asia ei sujunutkaan heti hyvin. Yhden asian pitkäaikainen harjoittelu aiheutti myös turhautumista ja kokemuksia siitä, ettei soitto suju ollenkaan.

” Kun ei heti saa asiaa oikein tai ei tajua sitä heti, koska silloin tuntee olonsa huonoksi.”

Osa perfektionistiryhmän vastaajista kertoi myös, ettei mikään soitto-opinnoissa ole ollut epämieluisaa.

En osaa sanoa –ryhmän mielestä opintojen epämieluisat asiat liittyivät lähinnä opintojen sisältöihin. Esiintyminen, harjoitusten jatkuva toisto sekä teoria-asiat koettiin epämieluisina. Myös epämieluisat kokoonpanot sekä ohjelmisto koettiin turhauttavina ja tylsinä. Tunneilla liiallinen kriittisyys ja negatiivisuus olivat vastaajien mielestä myös ikäviä, samoin oppilaan taitojen aliarviointi. Yksittäisiä mainintoja saivat myös harrastukseen kuluva liiallinen aika sekä tunne siitä, että edistystä ei tapahdu.

” Tylsät kokoonpanot ja taitojen aliarviointi. Ensimmäinen selittää itse itseään. Ärsyttää jos taitoihin ei uskota.”

Ei-perfektionistiryhmän vastaukset jakautuivat soitto-opintojen sisältöjen, sekä henkilökohtaisten kokemusten kesken.

Opinnoissa epämieluisia asioita olivat esiintyminen ja harjoittelu. Myös kappaleisiin jumiin jääminen turhautti osaa vastaajista. Esimerkiksi ulkoa opettelu koettiin tylsänä, sillä aina motivaatio ei riittänyt kappaleen jatkuvaan toistamiseen.

” Ulkoaopettelu, koska kyllästyn helposti ja aina ei ole tarpeeksi motivaatiota soittaa samaa laulua pitkään.”

Henkilökohtaisella tasolla vastaajia turhautti se, jos opinnot tuntuivat jumiutuvan paikalleen. Yksityismainintoja saivat myös esiintymisestä ja yhteissoitosta tulevat paineet sekä harjoittelu jos jokin asia ei tuntunut millään onnistuvan.

” Ei aina etene minnekään, koska aina ei jaksu opiskella nii paljon kun pitäisi.”

” Joskus menee hermot harjoittelussa jos esim sormet ei pysy tahdissa.”

5.3 Soitonopettaja

Kysyin kyselyssä myös millaista soitonopettajaa oppilaat toivoisivat itselleen, ja millaiset ominaisuudet koettiin soitonopettajassa huonoina.

5.3.1 Hyvä soitonopettaja

Perfektionistiryhmän vastauksissa teemoiksi nousivat opettajan persoonallisuus, kyky antaa palautetta sekä mitä ja miten opetetaan.

Hyvän opettaja oli vastaajien mukaan persoonaltaan kannustava, ymmärtäväinen ja iloinen. Myös empaattisuus ja rentous nousivat esille parissa vastauksessa. Hyvän opettajan kanssa on helppo työskennellä ja hän on oppilaan tukena elämän varrella. Hyvä opettaja oli vastaajien mielestä myös ammattitaitoinen, ja pystyi olemaan rento ja mukava mutta opettamaan kuitenkin samalla hyvin.

” Osaa olla tukena myös muissa elämän asioissa. Sellainen, että hänen kanssa on mukava ja rento työskennellä.”

Palautteenantokyky nousi esille vahvana teemana hyvässä opettajuudessa. Vastaajien mukaan hyvä opettaja oli kriittinen ja osasi antaa rakentavaa palautetta. Kehumistakin pidettiin tärkeänä kun siihen oli aihetta ja esille nousi kehittävän palautteen ja kehumisen pitäminen tasapainossa. Myös sillä, miten palaute annetaan, oli merkitystä vastaajille. Hyvän opettaja kertoi rehellisesti jos jokin asia ei ihan vielä onnistunut, kuitenkin oppilasta haukkumatta.

” - - osaa antaa rakentavia kommentteja ja auttaa - - Jos oppilaalla on kehityskohteita, hyvä opettaja osaa kertoa kehityskohteet siten, että oppilas tuntee olevansa hyvä ja taitava.”

Kolmas vastauksista esiin noussut teema oli mitä ja miten opetetaan. Vastaajien mukaan hyvä opettaja osaa neuvoa oppilasta tarvittaessa ja opettaa soittamisen lisäksi oppilasta myös harjoittelemaan. Hyvä opettaja pitää oikeiden rytmien ja äänien lisäksi huolta myös äänenlaadusta ja muusta tekniikasta, ja osaa antaa hyviä vinkkejä oppilaan itsensä kehittämiseen. Vastaajat kokivat, että oli myös tärkeää antaa aikaa asioiden opettelulle.

Kykyä lukea oppilaan elämäntilannetta ja motivaatiota sekä sen suhteuttamista

opinnoissa etenemiseen pidettiin vastauksissa tärkeänä. Hyvä opettaja etsi vastaus-
ten mukaan myös oikean tavan opettaa kutakin oppilasta ja osasi ottaa huomioon
myös oppilaan omat tavoitteet ja kiinnostuksen kohteet opetuksessaan. Monessa
vastauksessa nousi esille myös se, että oppilaalle annettiin sopivan kokoisia haasteita
ja opinnoissa edettiin sopivaa vauhtia. Myös opettajan kyky kohdella kaikkia oppilai-
taan tasavertaisesti nousi esille.

” Huomioi erilaiset tavat oppia - - antaa oppilaan itse asettaa omat ta-
voitteensa eikä lähde vaatimaan liikoja. Toimii oppilaan taitojen mu-
kaan.”

” On puolueeton, eli ei suosi joitain oppilaita ja sorsi toisia.”

En osaa sanoa –ryhmässä suurimmaksi teemaksi nousi opettajan persoonallisuus ja
ominaisuudet. Tämän lisäksi se, miten opetetaan oli tärkeää. Muutamassa vastauk-
sessa esiin nousi myös se, miten palautetta annetaan.

Hyvän opettajan persoonallisuuspiirteistä eniten esiin nousi kannustavuus. Tämän
lisäksi hyvä opettaja oli ymmärtävä, iloinen, kiltti, rehellinen, kärsivällinen ja luova.
Myös sitä, että opettaja oli hyvin koulutettu, arvostettiin.

” Rehellinen, kannustava, tarkka, hyvin koulutettu”

” Joka ei ole vihainen jos et ole harjoitellut”

Myös tässä ryhmässä pidettiin tärkeänä sitä, että opettaja osaa antaa rakentavaa
palautetta. Hyvän opettajan koettiin myös kuuntelevan oppilaan toiveita opetuksen
suhteen ja antavan oppilaan kysyä kysymyksiä. Tärkeänä pidettiin myös sitä, että
oppilaan tavoitteet otettiin huomioon ja oppilasta autettiin pyrkimään kohti tavoit-
teiden saavuttamista. Hyvä opettaja kannusti myös harjoitteluun ja antoi harjoittelu-
vinkkejä sekä soittoläksyjä kotiin.

” - - antaa harjoitusvinkkejä sekä omaan taitotasoon sopivia kappaleita
ym. Hyvä opettaja kysyy oppilaalta hänen tavoitteistaan ja auttaa hän-
tä pyrkimään niihin.”

” Sellainen, joka osaa antaa oppilaan kysyä kysymyksiä ja vastata niihin,
sellainen, joka antaa rakentavaa palautetta ja antaa kotiin soittoläksy-
jä.”

Ei-perfektionistien vastauksista teemoiksi nousivat opettajan persoonallisuus sekä se, miten opetetaan.

Hyvä opettaja oli tämän ryhmän mukaan persoonaltaan kannustava, ystävällinen, hauska, kärsivällinen ja innostava. Myös ammattitaitoisuutta ja informatiivisuutta arvostettiin. Hyvä opettaja ei ollut liian totinen ja hänen opetuksensa oli tehokasta.

” Hauska ja mukava, mutta jämäkkä. Niin saa paljon aikaan”

Vastaajat arvostivat tehokasta ja selkeää opettajaa. Hyvä opettaja kuunteli oppilaiden kappaletoiveita, ja hänen kanssaan opinnoissa päästiin myös etenemään. Myös selkeät esimerkit ja tarkkuus opetuksessa olivat hyviä ominaisuuksia.

” Sellainen kuka kannustaa ja kertoo kun onnistuu. Kertoo ja näyttää selkeästi mitä pitää tehdä niin ettei jää epäselvyyksiä.”

5.3.2 Huono soitonopettaja

Huono soitonopettaja oli perfektionistiryhmän vastausten mukaan persoonaltaan ja ominaisuuksiltaan kärsimätön, tiukka, ankara ja liian kriittinen. Huonon opettajan kanssa ei pysty juttelemaan ja hän ottaa kaiken aina liian tosissaan. Huonoksi opettajan teki myös puolueellisuus ja se, että oppilaita ei osattu nähdä yksilöinä. Vastaajien mukaan huono opettaja oli myös lannistava ja jopa oppilaitaan lyttävä.

” ottaa kaiken liian tosissaan, ei pysty jutella hänen kanssaan, ei osaa opettaa, on liian ankara”

” Negatiivinen, jörö eli ei juttele oppilaan kanssa - - Ei kuuntele, mahdollisesti huutaa, painaa alas. Puolueellinen”

Palautetta antaessaan huono opettaja oli ryhmän mielestä liian kriittinen. Huono opettaja huomasi vain virheet, eikä kehdanut koskaan hyvistä suorituksista ja saattoi palautteellaan vain painaa oppilasta alemmas. Osa vastaajista kertoi myös, että huono opettaja saattoi myös olla täysin passiivinen, eikä huomauttanut lainkaan mistään, edes virheistä. Vastauksista nousi esiin myös oppilaan haukkuminen ja vertailu toisiin oppilaisiin.

” Sellainen, joka kommentoi soitosta vain parannettavia asioita.”
 ” Sellainen opettaja joka ei kannusta ja eikä myöskään anna kritiikkiä.
 On passiivi en.”

Huonon opettajan opetustyyli oli perfektionistiryhmän mukaan kaavoihin kangistunut ja opettajakeskeinen. Huono opettaja ei kuunnellut oppilasta tunnilla, eikä suostunut muokkaamaan omaa opetustyyliään oppilaalle sopivammaksi. Huono opettaja ei osannut valita oppilaalle sopivan tasoisia kappaleita, jonka myötä myös eteneminen oli hankalaa. Esiin nousi myös liika puhuminen, sillä huonona piirteenä pidettiin sitä, ettei tunnilla päässyt soittamaan paljoa, vaan aika käytettiin tekniikka-asioista keskustelemiseen. Huono soitonopettaja ei myöskään keskittynyt kuuntelemaan soit-timen sointia, vaan soitatti liikaa kappaleita. Osa vastaajista kertoi myös kokemattomuuden ja kyvyttömyyden kertoa, mikä soitossa ei toimi, olevan huonon opettajan merkkejä.

” Opettaja, joka on jämähtänyt johonkin tiettyyn kaavaan ja ei anna opiskelijan opetella itselleen mieluisilla kappaleilla ja ei ota oppilaan pyyntöjä ollenkaan vastaan.”
 ” - - ja antaa oppilaalle jatkuvasti oppilasta epämotivoivaa tekemistä tai ohjelmistoa. Huono soitonopettaja muovaa oppilaasta liikaa omien mieltymysten mukaisen oppilaan.”

En osaa sanoa –ryhmän mielestä huono opettaja oli persoonaltaan kätttyinen, negatiivinen ja liian kriittinen. Myös liika kunnianhimoisuus koettiin huonona piirteenä, samoin epäkohteliaisuus ja lyhyt pinna.

” Liian tarkka ja negatiivinen.”
 ” Sellainen joka tulee heti hirveän vihaiseksi jos et ole harjoitellut”

Ryhmän mukaan palautteen antajana huono opettaja ei kehumut kun siihen olisi ollut aihetta. Vastauksista tuli myös esiin ominaisuuden toinen puoli, sillä liiallista kehumista ei myöskään pidetty hyvänä piirteenä.

” Turha kehuminen, vaikka itsekin tietää ettei soittanut niin hyvin kuin pystyisi. Nuorten lasten kohdalla toki ymmärrettävämpää.”

Opetustyyliiltään huono opettaja oli kiirehtivä, eikä kuunnellut oppilasta tai antanut hänen kysyä kysymyksiä. Huono opettaja ei osannut arvioida oppilaita yksilöinä, vaan piti kaikkia samanlaisina ja oletti soittotuntien ja harjoittelun olevan ylipänä oppi-

laiden prioriteettilistalla. Huono opettaja ei myöskään kuunnellut oppilaan kappale-toiveita, vaan soitatti oppilaalla pelkästään tälle epämieluisaa ohjelmistoa.

” Sellainen, joka ei kuuntele ja vain soittaa itse, eikä anna oppilaan kysyä kysymyksiä.”

” pitää oppilaita ”samanlaisina”, ei ymmärrä eri tavoitteita”

Ei-perfektionistien mukaan huono opettaja oli persoonaltaan painostava ja negatiivinen. Huonon opettajan pinna oli myös lyhyt, hän oli kärsimätön ja hoputti myös oppilasta. Myös lepsuus oli vastaajien mukaan huonon opettajan merkki.

” Negatiivinen, hoputtava”

Palautteenantajana huono opettaja ei kehunut oppilasta ja loi oppilaalle negatiivisen kuvan oppilaan osaamisesta. Liiallinen vaativuus nousi myös esille.

”Sellainen jonka kanssa tuntuu että et osaa ikinä mitään ja kuka vaatii liikkaa oppilaalta, sillä sekin on yksilöllistä, toiset haluaa että opettaja on vaativa ja jotkut ei.”

5.4 Millaista tukea opettajalta kaivataan?

Jaoin perfektionistiryhmän vastaukset kahteen teemaan: siihen, millaisiin asioihin oppilaat kaipasivat tukea ja kannustusta ja siihen, miten opettaja voisi soittotunneilla tukea oppilasta.

Tukea ja kannustusta kaivattiin erityisesti esiintymiseen. Esiintyminen tuntui jännittävän useaa vastaajaa, ja he toivoivat siihen opettajalta ymmärrystä ja tsemppaamista. Opettajalta toivottiin myös kannustusta siihen, että oppilas uskaltaisi tunnilla heittäytyä enemmän kokeilemaan esimerkiksi niitäkin ääniä, jotka häntä saattavat jostain syystä hävettää. Vastaajien mukaan opettajan pitkäjänteisellä tuella ja kannustuksella myös muusikkouden kehittämisessä ja elämässä yleensä oli tärkeä rooli opinnoissa. Opinnoissa jaksamiseen toivottiin myös tukea, ja kotiharjoittelun lisäämiseen sekä soittoharjoitteluun oli opettajan kannustus tarpeen. Opettajalta kaivattiin myös tukea ja ymmärrystä niihin tilanteisiin, jos jokin asia ei heti lähtenyt sujuumaan vaan sen opetteluun kului kauemmin aikaa.

” Toivoisin opettajalta paljon tukea harjoitteluun. Harjoittelu on mielestäni kokonaisuus, jota oppilaille pitää monipuolisesti opettaa.”

” Toivon tietysti tukea muusikkona kehittymiseeni, mutta myös tukea elämään.”

” Tukea ja kannustusta silloin jos esiintymistilanteet aiheuttaa jännitystä”

Soittotunneilla opettajalta kaivattiin rehellistä kommentointia, sekä kehuja silloin kun jokin asia on onnistunut hyvin. Eräs vastaaja toivoi myös, että kehut olisivat yksilöllisiä ja niissä huomioitaisiin juuri sen oppilaan yksilölliset vahvuudet, kenelle kehu oli osoitettu. Opettajalta toivottiin myös myötäelämistä niin virheiden kuin onnistumisten tullessa vastaan. Esiin nousi mm. oppilaan mukana iloitseminen kun jokin asia vihdoinkin onnistuu. Tukea ja selkeitä ohjeita toivottiin harjoitteluun sekä lämmittelyyn.

” Hyvät lämmittelyharjoitukset jotka voi kotonakin tehdä ennen soittoa. Erityisesti puhaltimet soivat huomattavasti paremmin lämmittelyn jälkeen. Myös hengitysharjoitukset helpottavat soittoa. Pirteä ja iloinen soitonopettaja motivoi soittamaan ja hänen tunnilleen on kiva mennä.”

En osaa sanoa –ryhmän vastaukset keskittyivät siihen, millaista tukea he kaipasivat opettajalta soittotunneilla. Yleisesti kannustus nousi esiin useassa vastauksessa. Tämän lisäksi vastaajat toivoivat saavansa tunneilla paljon palautetta, ja sitä, että opettaja vastaisi kysymyksiin joita oppilaalla on. Tunneille ja opetukseen kaivattiin myös monipuolisuutta. Eräs vastaaja toivoi myös, että opettaja osaisi ottaa oppilaan elämäntilanteen huomioon motivaatiopulan iskiessä ja käsitellä tilannetta se huomioon ottaen. Myös teoriaopintoihin kaivattiin apua.

” Kannustusta ja opiskelun monipuolisuutta.”

Ei-perfektionistiryhmästä osa koki, ettei tarvinnut opettajalta tukea mihinkään erityiseen osa-alueeseen. Tukea kaivattiin kuitenkin soittamiseen, ja toivottiin, että opettaja muistaisi myös kehua oppilasta kun jokin asia onnistui.

” Toivoisin että opettaja tukee soittamisesta ja kannustaa tulevaisuuteen.”

6 Pohdinta

6.1 Tutkimuksen pääkysymykset ja tulokset

Tutkimuksen tavoite oli selvittää, miten perfektionismi ja perfektionistiset luonteenpiirteet vaikuttavat oppilaiden kokemukseen soitonopettajista, soittotuntitilanteista ja muusta soittoharrastukseen liittyvästä toiminnasta ja miten opettaja voisi tukea perfektionistisia oppilaita. Kyselyyn vastasi myös sellaisia henkilöitä, jotka eivät kokeneet itseään perfektionistiksi, jonka kautta tuloksiin saatiin vertailupohjaa perfektionistien ja ei-perfektionistien välille.

Vastaajat jakautuivat kolmeen ryhmään, perfektionistisiin, ei-perfektionistisiin ja heihin, jotka eivät osanneet sanoa kumpaan ryhmään kuuluivat. Ominaisuuksiltaan perfektionistiryhmä ja en osaa sanoa –ryhmä olivat kuitenkin hyvin samankaltaisia. En osaa sanoa –ryhmässä esiintyi perfektionismin piirteitä lähes yhtä paljon kuin perfektionismiryhmässä ja kokemukset soittotunneista noudattivat hyvin samankaltaista kaavaa kuin perfektionismiryhmässä. Ei-perfektionistien vastaukset erosivat kahdesta muusta ryhmästä selkeämmin kummassakin kategoriassa.

Kysyin tutkimuksessa myös vastaajien soitinryhmää sekä soittoharrastuksen kestoa, mutta päädyin rajaamaan nämä asiat pois tuloksia käsitellessäni. Osa vastauskategorioista jäi vastaajamääriltään niin pieniksi, ettei niistä olisi voitu saada kunnollista tietoa ryhmän ominaisuuksista.

Tutkimuksen määrälliset tulokset osoittivat, että ryhmistä perfektionistit kokivat soittotunnit sekä siihen liittyvät asiat pääasiassa eniten mieluuisina. Perfektionistit myös harjoittelivat todennäköisimmin säännöllisesti ja kokivat edistyvänsä nopeasti opinnoissaan. Heillä oli myös ryhmistä eniten pitkäjänteisiä tavoitteita asettavia vastaajia. Ei-perfektionistiryhmäläisistä soittotunteja odotti innolla selkeästi pienempi määrä kuin muissa ryhmissä, vaikka yleisesti he kokivatkin soittotunnit mukavina. Tässä ryhmässä myös pitkäjänteisten tavoitteiden asettaminen ja säännöllinen harjoittelu olivat vähemmän suosittuja vastauksia kuin muissa ryhmissä. Perfektionismilla tuntui siis olevan yhteys oppilaiden soittomotivaatioon sekä opintojen tavoitteellisuuteen.

Tutkimuksen laadullisessa osiossa pyrittiin selvittämään, miten perfektionistit kokivat soittotuntitilanteet ja soitonopettajat sekä millaista tukea he kaipaivat opettajiltaan.

Soittotuntikokemuksissa perfektionistien vastauksista nousi selkeästi esiin epäonnistumisen ja onnistumisen teemat. Ryhmässä mukavina koettiin ne hetket, kun oman edistymisen pystyi selkeästi näkemään ja jossain oli onnistuttu. Epäonnistuminen ja virheet esimerkiksi soittotunneilla tai esiintymistilanteissa puolestaan aiheuttivat vastaajille ahdistusta, samoin kokemus siitä, etteivät opinnot etene. Myös soittoläksyistä ja niiden etenemisestä ilmeni koituvan osalle ryhmästä stressiä. Vastauksissa näkyi vahvasti perfektionistien taipuvaisuus pelätä virheitä ja vaatia itseltään kovatason suorituksia.

Soittamisen henkisen puolen anti tuntui kuitenkin myös olevan perfektionistiryhmälle iso osa harrastusta. Itseilmaisu ja musiikin tuoma vastapaino oli ryhmälle tärkeää, samoin ilon tuominen myös yleisölle esiintymistilanteissa. Ryhmän kunnianhimoisuus tuntui näkyvän vastauksissa myös, sillä motivoiva ja sopivan haastava materiaali koettiin tärkeänä osana opintoja.

Ei-perfektionistiryhmän näkökulma soittotunteihin oli vastausten perusteella käytännönläheisempi kuin perfektionistien. Heidän mielestään soittotunneilla mukavaa oli uusien asioiden oppiminen ja soittaminen koettiin yleisesti hyvänä tapana käyttää aikaa. Opintojen epämieluisia asioita taas olivat esiintyminen ja harjoittelu ja yhteen kappaleeseen liian pitkäksi ajaksi jumiin jääminen. Tässäkin ryhmässä yksittäisiä mainintoja sai harrastuksesta tulevat paineet ja se, jos jokin asia ei millään meinannut onnistua, mutta enimmäkseen vastaukset keskittyivät yleisesti soittotuntien sisältöihin.

Olisikin mielenkiintoista tutkia jatkossa sitä, millaisena perfektionistit ja ei-perfektionistit kokevat musiikin ja musiikkiharrastuksensa. Miksi soittamisen henkinen puoli tuntui tutkimuksen mukaan olevan tärkeämpää perfektionisteille, ja onko perfektionisteissa kenties enemmän oppilaita joille soittaminen on enemmän kuin harrastus ja jotka mahdollisesti tähtäävät jopa ammattilaisuralle?

Hyvän ja huonon opettajan piirteistä tutkimusryhmät olivat pääpiirteittäin samaa mieltä. Ominaisuuksiltaan hyvä opettaja oli vastaajien mielestä empaattinen, iloinen

ja kannustava, ja hänen kanssaan oli helppo tehdä töitä ja jutella muistakin asioista kuin vain soittoharrastuksesta. Hyvä opettaja oli molempien ryhmien mukaan myös valmis kuuntelemaan oppilaan mielipiteitä ja kysymyksiä ja antoi oppilaalle sopivan tasoista materiaalia. Myös ammattitaitoisuus oli tärkeää kaikille ryhmille, ja hyvän opettajan opetus oli vastaajien mukaan monipuolista.

Perfektionistiryhmän ja en osaa sanoa -ryhmän vastauksista nousi esille myös annetun palautteen merkitys. Hyvän opettajan merkki oli, kun kriittinen palaute osattiin antaa rakentavalla tavalla ja oppilasta muistettiin myös kehua jos jokin asia meni oikein. Huonona taas pidettiin oppilasta lannistavaa ja haukkuvaa opettajaa, joka ei löytänyt soitosta muuta kuin korjattavia asioita. Opettajan antaman palautteen olisi kuitenkin hyvä olla tasapainossa, sillä liiallista kehumistakin pidettiin huonona piirteenä.

Ei-perfektionistiryhmässä liiallista kriittisyyttä pidettiin myös huonon opettajan merkinä, mutta samanlaista painotusta palautteen antamiseen ja sanojen asetteluun ei ryhmän vastauksista löytynyt. Vastaukset olivat hyvä muistutus siitä, että opettajien olisi hyvä kiinnittää enemmän huomiota siihen, miten he oppilailleen palautetta antavat. Palautteen oikeanlainen antaminen on toki tärkeää jokaisen oppilaan kohdalla, mutta etenkin perfektionismiin taipuvat oppilaat tuntuivat kaipaavan johdonmukaista, asiallisesti annettua ja tasapainossa olevaa palautetta. Korjattavista asioista saa ja pitää sanoa, mutta tavalla jolla oppilas kuitenkin säilyttää kokemuksen siitä, että hän osaa soittaa/laulaa. On myös hyvä muistaa kehua oppilasta ja pysähtyä hetkeksi iloitsemaan onnistumisen hetkistä.

Kysyttäessä perfektionistiryhmältä millaista tukea he kaipaisivat opettajiltaan, esille nousi vahvasti esiintyminen. Esiintymiseen kaivattiin kannustamista ja myös ymmärrystä siitä, että se jännitti osaa vastaajista. Kuten perfektionistiryhmän vastauksista oli aiemminkin käynyt ilmi, esiintyminen ja sen tarjoamat mahdollisuudet tehdä virheitä yleisön edessä koettiin jännittävänä ja ehkä myös ahdistavana, jonka vuoksi opettajan kannustus sillä saralla koettiin merkitykselliseksi. Opettajalta kaivattiin myös ymmärrystä siihen, jos jokin asia vaati enemmän työtä eikä onnistunutkaan hyvin. Vastaajat kertoivat myös toivovansa tsemppausta opinnoissa jaksamiseen ja harjoitteluun ja myötäelämistä sekä epäonnistumisten että onnistumisten tullessa

vastaan. En osaa sanoa –ryhmässä nousi esille myös oppilaan elämäntilanteen huomioiminen opintojen etenemisessä ja oppilaan soittomotivaatiossa.

Ei-perfektionistiryhmän vastaajista suurin osa ei kokenut tarvitsevana opettajalta tukea erityisesti millään osa-alueella. Vastauksista kävi kuitenkin ilmi, että hekin arvostavat sitä, että opettaja muistaisi välillä myös kertoa oppilaalle jos jokin asia oli onnistunut.

Perfektionistioppilaat tuntuivat siis kaipaavan opettajalta enemmän tukea henkisellä tasolla muihin nähden. Opettajan toivottiin myötäelävän elämän eri vaiheissa myös soittoharrastuksen ulkopuolella ja tsemppaavan oppilasta jaksamaan ja pääsemään myös oman mukavuusalueen ulkopuolelle.

6.2 Eettisyys ja luotettavuus

Kyselyyn vastaajien tietoja on käsitelty tutkimuksessa täysin anonymisti siten, eikä heidän henkilöllisyyttään voi saada mistään yhteydestä selville. Vastaukset on käsitelty myös juuri sellaisina kuin ne oli kirjoitettu, joka näkyy laadullisten kysymysten tuloksissa käytetyistä suorista lainauksista.

Vaikka motiivi asian tutkimiseen lähtikin osaksi henkilökohtaisista syistä, koen silti käsitelleeni aihetta ja tutkimustuloksia objektiivisesti. Tutkin aihetta ilman ennakkoletuksia, eikä mielipiteeni tai omat kokemukseni aiheen tiimoilta näy tutkimustuloksissa. Pyrin myös käyttämään tutkimuksen perustana tietoa mahdollisimman monipuolisista lähteistä. Mukana oli sekä suomenkielisiä että vieraskielisiä lähteitä, kirjoja ja nettijulkaisuja. Kirjoittaessani perfektionismin määrittelystä käytin sekä vanhemmaa että uudehkoa tietoa ja tutkimuksia. Perfektionismin määritelmästä on edelleen useita mielipiteitä, enkä koe vanhemman tiedonkaan olevan epäpätevää tai aikansa elänyttä.

Kyselyyn vastasi 52 ihmistä. Määränä tämä ei ole vielä kovin suuri, joten saatu tieto ei ole yleistettävissä suurempaan joukkoon. Saaduista vastauksista saatiin kuitenkin selkeä kuva vastanneiden ajatuksista, ja hyvä näkemys siitä, miten perfektionismi saattaa oppilaan kokemuksiin vaikuttaa. Vertaamalla ei-perfektionistisen ryhmän vastauksia perfektionistisiin saatiin myös kuva siitä, millä asioilla on yhteys perfek-

tionistisiin luonteenpiirteisiin, ja mitkä olivat yleisiä kokemuksia opinnoista ja opettajista.

Lähteet

Ekman, T. 2017. Huijarisyndrooma : Miksi en usko itseeni, vaikka olen oikeasti hyvä? Minerva.

Farm, M. 2008. Apua kognitiivisesta käyttäytymisterapiasta : irti perfektionismista, kontrollinpelosta ja ihmissuhdeongelmista. Basam Books.

Grandell, R. 2018. Irti itsekritiikistä: löydä terve suhde itseesi. Tammi.

Harvard Medical School. 2008. Perfektionismin kirous. Viitattu 23.5.2019

<https://www.terve.fi/artikkelit/perfektionismin-kirous>

Hewitt, P.L. & Flett, L.G. 1991. Perfectionism in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association With Psychopathology. Journal of Personality and Social Psychology, 60, 3, 456-470. Viitattu 23.5.2019.

<https://hewittlab.sites.olt.ubc.ca/files/2014/11/Hewitt-Flett-1991-Perfectionism-in-the-self-and-social-contexts-conceptualization-assessment-and-association-with-psychopathology.pdf>

Laadullinen tutkimus. 2015. N.d. Jyväskylän yliopisto. Verkkojulkaisu. Viitattu 1.4.2020

<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>

Tilastollisesti kuvaava analyysi. 2015. N.d. Jyväskylän yliopisto. Verkkojulkaisu. Viitattu 1.4.2020.

<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/tilastollisesti-kuvaava-analyysi>

McPherson, G.E. 2015. The Child as Musician: A Handbook of Musical Development. Oxford University Press.

Taiteen perusopetuksen laajan oppimäärän opetussuunnitelman perusteet 2017.

N.d. Opetushallitus. Verkkojulkaisu. Viitattu 23.5.2019

https://www.oph.fi/download/186920_Taiteen_perusopetuksen_laajan_oppimaaran_opetussuunnitelman_perusteet_2017.pdf

Taiteen perusopetuksen yleisen oppimäärän opetussuunnitelman perusteet 2017.

N.d. Opetushallitus. Verkkojulkaisu. Viitattu 23.5.2019

https://www.oph.fi/download/186919_Taiteen_perusopetuksen_yleisen_oppimaaran_opetussuunnitelman_perusteet_2017.pdf

Anita Saaranen-Kauppinen & Anna Puusniekka. 2006. KvaliMOTV - Teemoittelu.

Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. Viitattu 1.4.2020

https://www.fsd.tuni.fi/metelmaopetus/kvali/L7_3_4.html

Szymanski, J. 2011. The Perfectionist's Handbook.

Liitteet

Liite 1. Kyselylomake

Ikä *

- ☐ 9-12
- ☐ 13-16
- ☐ 16-18

Sukupuoli *

- ☐ Nainen
- ☐ Mies
- ☐ Muu

Soittoharrastuksen kesto *

- ☐ <1 vuosi
- ☐ 2-5 vuotta
- ☐ 5-10 vuotta
- ☐ 10<

Soitinryhmä *

- ☐ Jousisoittimet
- ☐ Puhallimet
- ☐ Lyömäsoittimet
- ☐ Näppäily-/kosketinsoittimet
- ☐ Laulu

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	En osaa sanoa	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Asetan itselleni korkeita tavoitteita	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen kunnianhimoinen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen taipuvainen joskus liialliseenkin itsekkyyteen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen epäonnistumiset ja virheet ahdistavina	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rutiinit ovat minulle tärkeitä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
En osaa levätä ennen kuin kaikki tehtävät on tehty	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen vastahakoinen pyytämään apua, sillä tiedän että saan yksin tehtyä tehtävät juuri oikein ja niin kuin haluan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kuvailisin itseäni perfektionistiksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	En osaa sanoa	Jotenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Soittotunnilla on mukavaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on pitkäjänteisiä tavoitteita opinnoissani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Harjoittelen säännöllisesti kotona	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Edistyn opinnoissani nopeasti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yhteissoitto on mukavaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Odotan soittotunteja innolla	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nautin esiintymisestä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Mitkä asiat ovat mukavia soitonopiskelussa? Miksi? *

Oma vastauksesi

Mitkä asiat ovat epämieluisia soitonopiskelussa? Miksi? *

Oma vastauksesi

Millainen on hyvä soitonopettaja? *

Oma vastauksesi

Millainen on huono soitonopettaja? *

Oma vastauksesi

Millaista tukea toivoisit soitonopettajalta? *

Oma vastauksesi

Jäikö aiheesta muuta sanottavaa, jota ei tässä kysytty?

Oma vastauksesi